

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Setiap bulan, secara periodik, seorang wanita normal akan mengalami peristiwa reproduksi, yaitu menstruasi\_meluruhnya jaringan endometrium karena tidak adanya telur matang yang dibuahi oleh sperma\_peristiwa itu begitu wajar dan alami sehingga dapat dipastikan bahwa semua wanita yang normal pasti akan mengalami proses itu. Walaupun begitu, pada kenyataannya banyak wanita yang mengalami masalah menstruasi, di antaranya adalah nyeri haid. Beberapa tahun yang lalu, nyeri haid hanya dianggap sebagai penyakit psikosomatis. Akan tetapi, karena keterbukaan informasi dan pesatnya ilmu pengetahuan berkembang, nyeri haid mulai banyak dibahas. Banyak ahli yang telah menyumbangkan pikiran dan temuannya untuk mengatasi nyeri haid.

Dismenoree adalah nyeri selama menstruasi yang disebabkan oleh kejang otot uterus (Sylvia A price, 2005). Dismenoree adalah gangguan fisik yang sangat menonjol pada wanita yang sedang mengalami perdarahan haid. Manifestasi utama pada dismenoree adalah nyeri kram (tegang) daerah perut mulai terjadi pada 24 jam sebelum terjadinya perdarahan haid dan dapat bertahan selama 24-36 jam meskipun beratnya hanya berlangsung selama 24 jam pertama saat terjadinya perdarahan haid. Kram tersebut terutama dirasakan didaerah perut bagian bawah, tetapi dapat menjalar ke punggung atau permukaan dalam paha. Pada suatu kasus berat disertai mual, muntah, diare, pusing bahkan pingsan (Hendrik, 2006).

Panjang siklus menstruasi ialah jarak antara tanggal mulainya menstruasi yang laludan mulainya menstruasi berikutnya. Hari mulainya perdarahan dinamakan hari pertama siklus. Panjang siklus menstruasi yang normal atau dianggap sebagai siklus menstruasi yang klasik adalah 28 hari, tetapi variasinya cukup luas. Rata-rata panjang siklus menstruasi pada gadis usia 12 tahun adalah 25,1 hari. Panjang siklus yang biasa pada manusia adalah 25-32 hari dan kira-kira 97% wanita yang bervolusi siklus menstruasinya berkisar antara 18-42 hari (Wiknjosastro, 2008). Dismenore bukanlah suatu penyakit, melainkan gejala yang timbul akibat adanya kelainan dalam rongga panggul dan sangat mengganggu aktivitas perempuan, bahkan seringkali mengharuskan penderita istirahat dan meninggalkan pekerjaan selama berjam-jam akibat dismenore (Bobok, 2004).

Berdasarkan survei studi pendahuluan yang peneliti lakukan terhadap 10 Siswi kelas 1 SMA Muhammadiyah 1 Surabaya pada bulan Maret sebanyak 7 (70%) mengatakan mengalami dismenoree menunjukkan tingginya angka dismenoree pada Siswi kelas 1 SMA Muhammadiyah 1. Hal ini menunjukkan bahwa 30% siswi tidak mengalami dismenoree. Pada siswi yang mengalami dismenoree 4 orang (57%) dibiarkan, 2 orang (28%) minum obat analgesik dan 1 orang (14%) minum jamu. Dismenoree sangat mengganggu konsentrasi belajar siswi di saat proses belajar mengajar dan siswi tetap mengikuti perkuliahan karena faktor kehadiran berpengaruh untuk bisa mengikuti ujian. Faktor penyebab timbulnya nyeri pada saat menstruasi belum diketahui dengan pasti. Terdapat beberapa teori yang dikemukakan antara lain, faktor psikis, faktor endokrin karena prostagladin yang rendah didalam

darah sehingga merangsang hiperaktivitas uterus, faktor *kanalis servikalis* yang menimbulkan nyeri. Derajat nyeri seseorang bervariasi dari nyeri yang dirasakan ringan sampai berat yang bisa mengganggu aktifitas sehari – hari.

Prevalensi dismenore di Indonesia cukup tinggi yaitu 60-50% dan 15% diantaranya mengalami nyeri yang hebat, pada umumnya terjadi pada usia remaja dan dewasa. Di Jawa Timur pertama dismenore biasanya didapat 2-3 tahun setelah seorang wanita mengalami haid pertama kali (menarche) mencapai maksimal pada usia 15-25 tahun. Surabaya: 1,0-1,31% dari kunjungan rumah sakit. AS: 30-50% dari semua wanita reproduksi, 35% dari wanita yang lebih tua dan 25% dari remaja putri SMA. Keadaan tersebut menyebabkan menurunnya kualitas hidup wanita sebagai contoh siswi dan mahasiswi yang mengalami dismenore mereka tidak dapat melakukan olah raga atau berkonsentrasi dalam belajar karena rasa nyeri yang mereka rasakan begitu hebat. Penurunan kualitas hidup ini juga dapat dirasakan oleh wanita yang sudah bekerja, karena nyeri haid yang hebat aktivitas kerja mereka menjadi terganggu sehingga mereka tidak dapat melakukan tugas mereka dengan maksimal. Masalah ini biasanya tidak terdiagnosa dan tidak diberikan perawatan (Taber, 2001).

Kenyataannya untuk penatalaksanaan dismenore dengan menggunakan terapi farmakologis dan non farmakologis. Penggunaan farmakologis seperti: golongan *Analgesik Non-opioid anti inflamasi nonsteroid, analgesik opioid, antagonis agonis-antagonis opioid*. Penggunaan obat farmakologis menimbulkan efek samping dan tidak ada tindakan mandiri dari perawat. Obat farmakologis bekerja menghambat sintesis prostaglandin dan bekerja pada

reseptor saraf perifer untuk mengurangi transmisi dan resepsi stimulus nyeri (Potter, Perry, 2005). Reaksi obat-obat farmakologis sekitar 4 jam kemudian nyeri akan timbul lagi, sedangkan efek dari penggunaan obat-obat yang permanen menyebabkan toksisitas dan kerusakan hati (Eaton, Klassen, 1996). Pada wanita yang mengkonsumsi jamu hanya bisa menghilangkan nyeri sementara dan efeknya menyebabkan mual dan muntah sedangkan dismenore biasanya diikuti mual dan muntah dan bisa memperberat kondisi dismenoroe, jika konsumsi jamu dilakukan secara terus menerus akan menimbulkan efek yang sama dengan penggunaan obat-obat farmakologis yaitu toksisitas. Selain terapi farmakologis terapi non- farmakologis seperti : *distraksi, placebo, stimulasi kulit*. Stimulasi kulit dibedakan terapi kompres dingin dan terapi kompres hangat. Misalnya kompres hangat yaitu dimana kompres hangat dapat meredakan iskemia dengan menurunkan kontraksi uterus dan melancarkan pembuluh darah sehingga dapat meredakan nyeri dengan mengurangi ketegangan dan meningkatkan perasaan sejahtera, meningkatkan aliran menstruasi, dan meredakan Vasokongesti pelvis ( Bobak, 2005). Menurut Price & Wilson (2005), cara ini efektif untuk mengurangi nyeri atau kejang otot. Prinsip kerja kompres hangat dengan menggunakan air panas yang di masukan kedalam botol dengan cara pemindahan secara konduksi dimana terjadi pemindahan panas dari botol yang berisi air panas kedalam tubuh sehingga akan menyebabkan pelebaran pembuluh darah yang akan menurunkan ketegangan otot dan meningkatkan aliran darah.

Penggunaan kompres hangat diharapkan dapat meningkatkan relaksasi otot-otot dan mengurangi nyeri akibat spasme atau kekakuan serta memberikan rasa hangat lokal (Potter, Perry, 2005). Kompres hangat tidak akan melukai kulit karena terapi kompres hangat tidak dapat masuk jauh ke dalam jaringan. Apabila kompres hangat digunakan selama 1 jam atau lebih bisa menyebabkan kemerahan dan rasa perih. Maka dari itu pemberian kompres hangat dilakukan secara periodik, dengan pemberian secara periodik dapat mengembalikan efek vasodilatasi. Penggunaan kompres hangat pada perut bagian bawah saat nyeri menstruasi diharapkan dapat menurunkan intensitas nyeri. Dengan kompres hangat terjadi pelebaran pembuluh darah yang mengakibatkan peningkatan sirkulasi darah serta peningkatan tekanan kapiler. Tekanan  $O_2$  dan  $CO_2$  didalam darah meningkat sedangkan Ph darah mengalami penurunan. Aktifitas sel menjadi meningkat dan pada otot-otot akan mengurangi ketegangan sehingga nyeri berkurang dan tidak mengganggu aktivitas sehari – hari (F.J. Gabriele, 1996).

Berdasarkan realita di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti Pengaruh kompres hangat terhadap penurunan intensitas nyeri menstruasi (dismenore) pada siswi kelas 1 SMA Muhammadiyah 1 Surabaya.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah ada pengaruh kompres hangat terhadap penurunan intensitas nyeri menstruasi (dismenore) pada siswi kelas 1 SMA Muhammadiyah 1 Surabaya?

### **1.3 Tujuan**

#### 1.3.1 Tujuan Umum

Mempelajari pengaruh kompres hangat terhadap penurunan intensitas nyeri menstruasi (dismenore) pada siswi kelas 1 SMA Muhammadiyah 1 Surabaya.

#### 1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi respon nyeri menstruasi (dismenoree) sebelum dilakukan kompres hangat pada Siswi kelas 1 SMA Muhammadiyah 1 Surabaya.
- 2) Mengidentifikasi respon nyeri menstruasi (dismenoree) sesudah dilakukan kompres hangat pada Siswi kelas 1 SMA Muhammadiyah 1 Surabaya.
- 3) Menganalisis pengaruh kompres hangat terhadap penurunan intensitas nyeri menstruasi (dismenoree) pada siswi SMA kelas 1 SMA Muhammadiyah 1 Surabaya.

### **1.4 Manfaat**

#### 1.4.1 Teoritis

Mendukung konsep dan teori bahwa hampir semua wanita mengalami dismenoree saat menstruasi. Sehingga dapat diaplikasikan dalam ilmu keperawatan Maternitas.

#### 1.4.2 Praktis

##### 1. Bagi Peneliti

Mengembangkan konsep atau teori keperawatan maternitas khususnya dalam asuhan keperawatan pada wanita atau remaja dengan dismenoree.

## 2. Bagi Pembaca

Pembaca mampu mengatasi nyeri pada saat menstruasi (dismenoree) tanpa mengonsumsi obat – obat anti nyeri dan dengan mengurangi nyeri pada saat menstruasi.

## 3. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dimanfaatkan oleh wanita untuk menambah pengetahuan dalam mengatasi nyeri pada saat menstruasi.

## 4. Bagi Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai masukan bagi keperawatan dalam menurunkan nyeri menstruasi (dismenoree).